



长长的
日子，
暖暖地过

胡青禾 / 著

HU QING HE
WORKS

民主与建设出版社

The
sunshine,
the happiness



长长的日子， 暖暖地过

胡青禾 / 著

民主与建设出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

长长的日子，暖暖地过 / 胡青禾著. — 北京：

民主与建设出版社, 2015.9

ISBN 978-7-5139-0783-5

I. ①长… II. ①胡… III. ①随笔—作品集—中国—当代 IV. ①I267.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第226481号

出 版 人：许久文

责任编辑：李保华

策划编辑：熊盼盼

排版设计：黄 婷

出版发行：民主与建设出版社有限责任公司

电 话：(010)59419778 59417745

社 址：北京市朝阳区阜通东大街融科望京中心B座601室

邮 编：100102

印 刷：北京彩虹伟业印刷有限公司

版 次：2016年2月第1版 2016年2月第1次印刷

开 本：32

印 张：8.75

书 号：ISBN 978-7-5139-0783-5

定 价：36.80元

注：如有印、装质量问题，请与出版社联系。



006	寻一个最理想的生活方式
013	每一天都要有阳光和植物的芬芳
024	给我一份情牵一世的感动
034	瓶子裡的童话
042	请许我一场盛世恋
054	做个像三毛一样七窍玲珑心的女子
062	相框里的美好
071	再不相聚就老了
078	美味厨房
086	可爱的邻居们
090	我们的纪念日

ALONE

独享私密小时光



- 100 请让我浪漫独处
- 104 专属的味道
- 111 我是处女座
- 119 藏在日记本里的秘密
- 127 最重要的事是好好爱自己
- 134 一天中最爱的晨光
- 140 一个人的味蕾时光
- 147 和闺蜜的下午茶
- 153 融化在唇齿和指间的花香
- 163 来杯莫吉托

OFFICE

会呼吸的办公室

- 178 比身体醒得更早的是梦想
- 184 从优雅的办公桌开始
- 192 像便签一样贴上它
- 199 放慢的心
- 205 做最健康的杜拉拉
- 213 你是最棒的能量场





NATURE

风一样的女子

- 224 还等什么，一起逃离雾霾天
- 230 在旅行中记录下青春飞扬
- 239 一起来运动吧
- 246 我的农夫梦
- 253 生活不停，梦想不散



心有猛虎，
细嗅蔷薇







HOME

梦想中美妙的人生

C h a p t e r
O n e

唯有用心生活家的心灵，去救赎庸俗和琐碎，
才有美好的人、美好的事和美好的家。

寻一个最理想的生活方式

“当时的我，希望林立的高楼中有一处自己的家”

我是典型的 80 后，生于改革开放伊始，长于蓬勃发展期，大学毕业赶上改革开放三十周年，也赶上中国经济焕然一新、房价创开天辟地之高的新纪元。离开痛骂过、深爱过的校园，告别烦躁过、依赖过的爸妈，如初生雏鸟，对世界充满好奇，来到一个新的城市追求独立。

曾经的我站在人民北路问警察叔叔人民南路怎么走，也许很多人都经历过对自己所在城市一无所知的岁月。今天开车行驶在大雨瓢泼的人民南路，看见两个少年淋着雨，浑身湿透，骑着自行车，还特别大声地聊着天，时光仿佛瞬间转移，我又回到 2008 年的某一天，淋着雨在这条从陌生到熟悉的道路上骑着自

行车飞驰，那时我真希望永远在这城市里欢畅地笑，希望林立的高楼中有一处自己的家。

“不是花园大 HOUSE, 也没有屋顶花园, 只有 2 居室的小天地”

我只是最普通不过的一个青年。2012 年我和老公的小家交房了, 2 居室, 二人世界刚刚好。我们的家在 33 楼, 距离地面百米, 即便对着中庭也从来不知道鸟瞰的效果如何, 天气好时可以穿过云层眺望远处的山脉。现在的我们是正在奋斗的一代, 我们的家既不是梦想中的大 HOUSE 大花园, 也没有接地气的屋顶花园或者阳台, 仅有南向的一个 1.5 平米的生活阳台, 除去摆放洗衣机和拖布池的空间所剩无几。



阳台盆栽



冰棍
李子
桔梗
桃子茶壶

我对花草的情感恐怕要追溯到小时候，看着家人在阳台上摆弄花草，花盆里常常会有小蜗牛，我最爱把小蜗牛放在植物上让它自由爬动，现在看来也许这么做对植物本身并不好，但对于小孩来说这无疑是一件非常有趣的事。

小时候，除了每年夏天总嚷嚷着要吃冰淇淋，每天晚上看大人在院子里纳凉，自己和小伙伴们疯跑，看见磷光被大家描述成“鬼火”这些有趣的事儿以外，就属和爸爸一起在夏夜的阳台等待昙花一现最令人充满期待了。因为你永远不能预知它开花的具体时间，能做的只有傻乎乎地盯着花静静等待。那时候的我喜欢把小手放在爸爸粗糙的大手掌里，扑闪着眼睛问：“什么时候我的手才能长到爸爸这么大呢？”爸爸说：“你长大后就有这么大了。”每次我总是熬不到昙花开放的时间就在爸爸怀里呼呼大睡了，见我睡着，爸爸会把我抱到床上，然后自己守望着昙花等待那美丽绽放的一刻。等到那花蕾舒展开身姿的第一时间，爸爸会跑进我的房间，将我抱到阳台，让睡眠惺忪的我来观看这最美丽的夜晚皇后。这是属于我的关于夏夜阳台的最美记忆。



那时候的我喜欢把小手放在爸爸粗糙的大手掌里，扑闪着眼睛问：“什么时候我的手才能长到爸爸这么大呢？”爸爸说：“你长大后就有这么大了。”



“也许你无法选择生活在哪里，
却可以选择你想要的生活方式”

当我面对这没有阳台的小家，首先当然是免不了失望和遗憾，但是对于从小热爱花草的我来说，是一定不会就此罢休的。装修过后，为了除甲醛，我开始购买竹炭和各种绿植。最初购买的绿萝，两年过去藤蔓已经有一米多长。因为有了自己的家，我对植物、花草、家居的热爱也如同滔滔江水一发不可收拾了，对于植物完全失去了抵抗力！每次迈进花市就不舍得离开，还可以逛上一整天，中了毒一般，这恐怕就是对于一件事情以及生活的热爱的一种表现吧，即便你的家并不完美。

